

記事提供：日本年金機構 年金事務所
全国健康保険協会 茨城支部
発行：一般財団法人 茨城県社会保険協会
水戸市南町3-4-12 常陽海上ビル8F
TEL.029-226-8005

社会保険

いばらき

11

11月30日は「年金の日」です

2017 November
NO.472

- 年金委員・健康保険委員を推薦してください
- 限度額適用認定証をご存じですか
- 住所変更届をご提出ください
- 年金に関する相談・申請は事前の予約が便利です



「紅葉しぐれ」(撮影・高萩市)：日本写真家協会会員 藤井 正夫

職場内で回覧しましょう

◆ 11月30日は「年金の日」です！

日本年金機構では、毎年11月30日(いいみらい)を「年金の日」、11月を「ねんきん月間」と位置付け、「国民一人ひとり、ねんきんネット等を活用しながら高齢期の生活設計に思いを巡らしていただく日」として、厚生労働省と協力して、公的年金制度の普及・啓発活動を展開しています。

ねんきん月間の取組みとして、大学・専門学校・高等学校での学生向け年金セミナーの開催やパンフレットの配布、ハローワークやジョブカフェ、自治体、商業施設等での出張年金相談、企業や自治体、関係団体等での年金制度説明会等を実施しております。

この機会に、年金事務所が実施する出張年金相談会や説明会に参加して、改めて年金について考えてみてはいかがでしょうか。なお、ねんきん月間の取組状況については、日本年金機構ホームページをご覧ください。

◆ あなたの会社で「年金制度説明会」を開いてみませんか？

日本年金機構では、地域・教育・企業において国民の皆さまに公的年金制度に対する理解をより深めていただくことを目的に、随時、年金制度説明会を実施しています。

年金事務所の職員が講師となり、依頼をいただいた事業所へ直接出向き、従業員や定年を間近に控えた方などを対象に年金制度の概要や制度改正等の説明、年金受給の相談などご要望に沿ったかたちでの説明会を実施しています。

職場内の研修等の一環として、ぜひ、年金制度説明会を開催してみたいはいかがでしょうか。詳しくは、管轄年金事務所の総務担当までお問い合わせください。

◆ 簡単便利！「ねんきんネット」

「ねんきんネット」は、お客様がインターネットを通じてご自身の年金の情報を手軽に確認できるサービスです。年金事務所に行かなくても、今までの国民年金・厚生年金保険の加入記録および納付状況、将来受け取る年金見込額の試算、ねんきん定期便の閲覧、日本年金機構から郵送された各種通知書の内容がご自分のパソコンやスマートフォンから24時間いつでも確認ができます。

詳しくはWEBで！ で検索！

年金委員 健康保険委員 の推薦をお願いします！

日本年金機構 年金委員

年金委員とは、会社や地域において、国民年金・厚生年金保険に関する手続きについての指導、相談、助言などを行っていただく民間協力員です。

活動範囲により、「職域型」と「地域型」の2つに区分され、職域型の年金委員については、職場内において従業員と年金事務所を結ぶパイプ役となり、年金知識に長けた存在として活躍いただいております。

また、国はもとより日本年金機構のサポーターとして、広く年金制度への理解と信頼を深めていただくため、普及啓発活動も行っております。

年金委員になるためには、会社の事業主から、年金業務に関して一定期間の経験や知識がある方を推薦していただき、厚生労働大臣が委嘱をします。

推薦方法等については、管轄の年金事務所までお問い合わせください。

全国健康保険協会 健康保険委員

健康保険委員とは、協会けんぽにご加入の事業所において健康保険事業にご理解をいただける方を「健康保険委員（健康保険サポーター）」として委嘱し、健康保険事業推進にご協力をいただいております。

健康保険委員の役割としましては、従業員の皆様へ、協会けんぽから発信する情報の周知や健康保険制度の説明・申請方法の案内、健康診断の受診の奨励等を普段のお仕事に差し支えない範囲で行っていただいております。

健康保険事業推進のためご賛同いただける方は、お手数ではございますが、健康保険委員登録書のご提出をお願いいたします。詳しくは協会けんぽ茨城支部までご連絡ください。

事業主の皆様へ

公的年金制度や健康保険制度に関する仕組みや各種手続き方法について、専門的な知識や情報を有する従業員が職場内にいることは、とても心強いものです。

日本年金機構や全国健康保険協会では、年金委員や健康保険委員の方々に活躍していただくため、定期的に研修会を実施し、必要な情報を随時提供することで活動のサポートをしています。

この機会にぜひ、年金委員および健康保険委員の推薦をお願いします。

協会けんぽ茨城支部からのお知らせ

限度額適用認定証をご存知ですか？

医療機関等の窓口でのお支払いが自己負担限度額までで済みます！

こんな時には まず「限度額適用認定申請書」をご提出ください

入院することになった
けど医療費の
支払いが心配

月々の外来や薬局
の医療費が高額
になりそう…

そんなとき

保険証とあわせて

限度額適用認定証を

医療機関に提示

すると…

各医療機関ごとの窓口でのお支払いが
「自己負担限度額」までとなり、

**窓口負担額が
軽減されます！**

注) 70歳以上の方は、高齢受給者証が限度額適用認定証の代わりになります。(非課税対象者は申請書が必要です)

医療機関の窓口での支払額はどれくらいになるの？

例えば、標準報酬月額 28～50 万円、窓口負担 3割、総医療費 100 万円の方の場合

限度額適用認定証を**利用した**場合

窓口での支払い額 **87,430** 円

$$\left(\begin{array}{c} 80,100 \text{ 円} \\ + \\ (\text{総医療費 } 100 \text{ 万円} - 26 \text{ 万 } 7,000 \text{ 円}) \times 1\% \end{array} \right)$$

高額療養費の申請が不要となります*

高額療養費の払い戻し分 (212,570 円) が
医療機関窓口で精算されるため、支払い時の
負担が自己負担限度額までで済みます

限度額適用認定証を**利用しない**場合

窓口での支払い額 **300,000** 円

$$\left(\begin{array}{c} \text{総医療費 } 100 \text{ 万円} \times 3 \text{ 割} \end{array} \right)$$

高額療養費の申請が必要となります



高額療養費支給申請書をご提出いただきますと、
あとで 212,570 円が払い戻されます (診療月
から支払まで 3ヶ月以上かかります)

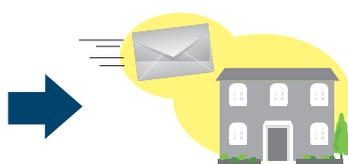
注) 保険医療機関 (入院・外来別)、保険薬局等それぞれでの取扱いとなります。保険外負担分 (差額ベッド代など) や、入院時の食事負担額等は対象外となります。

* 同月に入院や外来など複数受診がある場合は、高額療養費の申請が必要となることがあります。

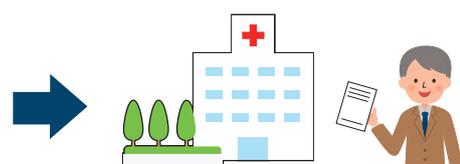
限度額適用認定証発行までの流れ (約 1 週間かかります)



① 「健康保険限度額適用認定申請書」を
協会けんぽにご提出ください。(協会けんぽ
以外の健康保険にご加入の方は、ご加入中の保険者
にお問い合わせください)



② 「限度額適用認定証」が
交付されます。



③ 保険証と併せて限度額適用認定証を提示します。
④ 窓口での支払いが自己負担限度額までで済みます。

申請書は協会けんぽホームページからダウンロードいただけます。

詳細は、業務グループ ☎029-303-1582 へお問い合わせください。

引っ越しなどで
被保険者さまの
住所が変わったときは

住所変更届をご提出ください!

被扶養者さまの『**特定健診受診券**』を平成**30**年**4**月にご自宅へお送りします

被扶養者（ご家族）さまが特定健康診査を受診する際に必要な『受診券』は、毎年4月に被保険者（ご本人）さまのご住所宛てにお送りしています。

引っ越しなどで被保険者さまのご住所が変更になった場合には、**日本年金機構 埼玉広域事務センター**へ「**健康保険・厚生年金保険 被保険者住所変更届**」をご提出いただきますよう、お願いいたします。

※「住所変更届」の様式は日本年金機構のホームページからダウンロードできます



受診券送付対象の方

- ▶ 協会けんぽの被扶養者で40歳～74歳までの方

留意点

- ▶ 住所変更手続きのタイミングによっては、変更後の住所が平成30年度の受診券に反映されない場合がありますので、お早めにお手続きください。
- ▶ 転居等に伴う住所不明などの理由によりお送りできなかった方の受診券は、事業主さま宛てにお送りします。お手数ですが、被保険者さまを通じ、被扶養者さまに届くようご協力をお願いいたします。

住所変更届の提出先

〒330-8530
埼玉県さいたま市浦和区針ヶ谷4-2-20
住友生命浦和テクノシティビル3階

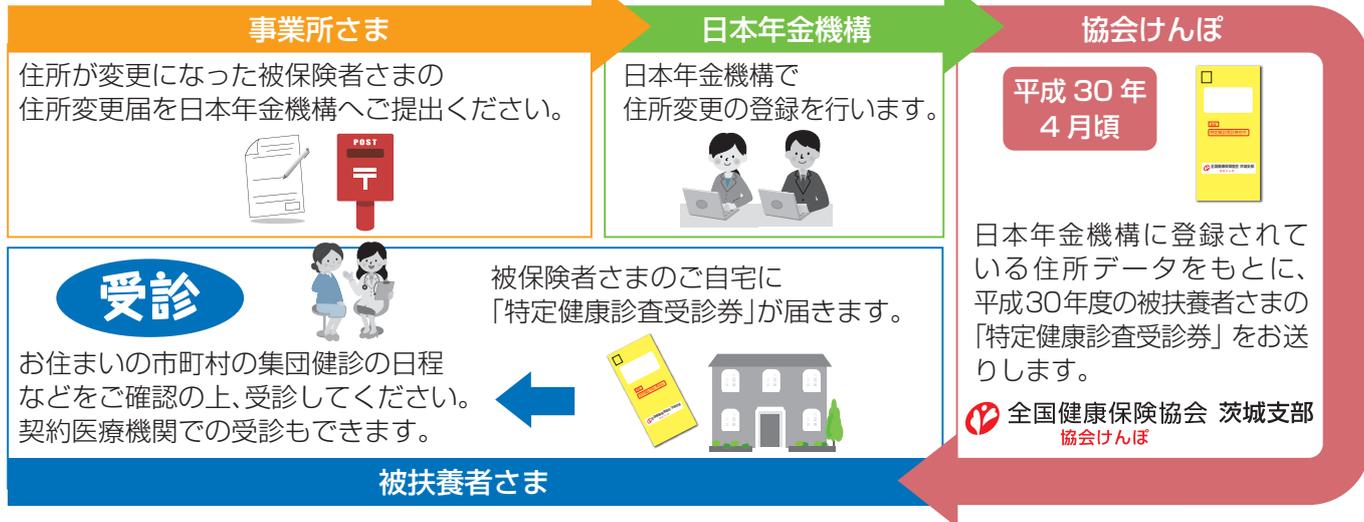
日本年金機構 埼玉広域事務センター

(もしくは管轄の年金事務所)

提出先に
ご注意ください!



特定健診受診券 送付までの流れ



お問い合わせ先

全国健康保険協会 茨城支部
協会けんぽ

〒310-8502 水戸市南町3-4-57 水戸セントラルビル

協会けんぽ 茨城

検索

<http://www.kyoukaikenpo.or.jp/shibu/ibaraki/>
保健グループ ☎029-303-1584

年金加入期間の確認や年金受給に関する相談・申請は 事前の予約が便利です。

茨城県内の各年金事務所では、年金相談の予約サービスを実施しており、お客様にお待ちいただく時間の短縮を図っています。ご予約をいただければ、お客様の都合の良い日・時間にご相談が受けられると同時に、職員が相談内容に応じた事前準備を行いますので、より丁寧な対応が可能となります。ご相談を希望される日の2か月前から前日までに、お電話や各年金事務所の窓口で予約を承っておりますので、ぜひご利用ください。

【予約のお申し込み】

- ◆ 年金手帳（基礎年金番号通知書）や年金証書など、基礎年金番号のわかるものをお手元に準備してから予約をお申し込みください。
- ◆ お客様のご希望の日時や相談内容をお伝えください。
- ◆ 予約の状況により、ご希望の日時を調整させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ◆ 年金相談の際は、年金手帳（基礎年金番号通知書）や年金証書など、相談者本人を確認できる書類が必要です。なお、代理人の方がご相談に来られる場合は、委任状と代理人の本人確認ができる書類が必要となります。

予約のお申し込みは「ねんきん」ダイヤルへ

0570-05-1165 またはお近くの年金事務所へ

届書は事務センター直送で!!

日本年金機構では、各種届書の審査・決定等の事務は、各事務センターで行っています。年金事務所へ送付された届書は、事務センターへ回送後の処理となりますので、直送した場合と比べ、1日から2日ほど決定までに時間がかかることになります。

届書作成や制度についてのご相談は、管轄の年金事務所へ、届書は事務センター直送にご協力をお願いします。

平成29年10月1日からの送付先

〒330-8530

さいたま市浦和区針ヶ谷4-2-20

住友生命浦和テクノシティビル 3階

日本年金機構 埼玉広域事務センター

電子申請（e-Gov）での
申請は、茨城事務センターで
変更はありません。